

Regulamento Geral



TRIATLO



Época 2022/2023

ÍNDICE

Capítulo 1 - Condições Gerais	3
Artigo 1º - Normativas	3
Artigo 2º - Inscrições	3
Artigo 3º - Exames Médicos	4
Artigo 4º - Equipamento Desportivo do GDNF	5
Artigo 5º - Duração da Época Desportiva	5
Artigo 6º - Orgânica Interna	5
Artigo 7º - Desistência	8
Capítulo 2 - Categorias	8
Artigo 1º - Quadro Evolutivo	
Artigo 2º - Critérios de admissão	9
Artigo 3º - Objetivos	10
Artigo 4º - Observações	11
Capítulo 3 - Considerações Essenciais	17
Anexos (Declarações)	18

CAPÍTULO 1 - CONDIÇÕES GERAIS

Artigo 1º - Normativas

1. Todos os praticantes que pertencem ao triatlo *do Grupo Desportivo de Natação de V. N. de Famalicão* (GDNF) têm obrigatoriamente de estar federados na modalidade de natação pura, águas abertas e triatlo, ou seja, filiados na Associação de Natação do Norte de Portugal e, conseqüentemente, na Federação Portuguesa de Natação e na Federação Portuguesa de Triatlo.
2. Os atletas federados, estão abrangidos pela legislação vigente e pelos estatutos da Federação Portuguesa de Triatlo (FTP), da Associação de Natação do Norte de Portugal (ANNP), da Federação Portuguesa de Natação (FPN), da Federação Internacional de Natação Amadora (FINA) e da Agência Mundial Antidopagem/CNAD.
3. Face aos estatutos da FPN, a filiação de qualquer atleta é válida desde a respetiva data da filiação **até ao dia 31 de Agosto de 2023**. Portanto, é apenas durante este período que o atleta está vinculado ao GDNF na modalidade de natação pura.
4. Face aos estatutos da FTP, a filiação de qualquer atleta é válida desde a respetiva data da filiação **até ao dia 31 de Dezembro de 2023**. Portanto, é apenas durante este período que o atleta está vinculado ao GDNF na modalidade de triatlo.
5. Atendendo à legislação em vigor, é obrigação dos agentes desportivos consultarem as normas e a “Lista de Substâncias e Métodos Proibidos”, no sítio do IDP www.idesporto.pt e/ou na secretaria do Clube.
6. A responsabilidade do não cumprimento das normas de solicitação de utilização terapêutica de Substâncias e Métodos Proibidos **é sempre do praticante**.
7. Os praticantes têm direito a um seguro desportivo, devendo, quando necessário e de acordo com as coberturas específicas, solicitar na secretaria do Clube o número da apólice. No entanto, **fica ao encargo destes a franquia** do respetivo seguro (atualizada à data pela seguradora).
8. Entre outras regras, os atletas de Natação Master e Triatlo são considerados amadores a 100% e é por este espírito que se regem as regras internas do GDNF.
9. A filiação Master poderá ocorrer nas disciplinas de Natação Pura e Águas Abertas, podendo os nadadores possuir filiação em ambas as disciplinas.
10. Relativamente à mesma época desportiva qualquer praticante poderá ser filiado em mais do que uma disciplina e escalão. O nadador poderá, por exemplo,

acumular as licenças de Master em Natação Pura e Master em Águas Abertas, com a filiação em Natação Pura, Águas Abertas ou Pólo Aquático, tendo para tal que completar o processo de filiação para cada uma dessas disciplinas. Já os, exame médico e seguro, desportivos, serão válidos para todas as disciplinas.

Artigo 2º - Inscrições

1. Todos os praticantes terão de efetuar a inscrição para a época desportiva 2022/23, na secretaria do Clube, entre as 15h00 e as 19h00 dos dias uteis.
2. Com a inscrição no Triatlo do GDNF (**pack1**), com o valor de 15€, o clube garante aos atletas a filiação na FTP e FPN, piscina para treinos (Complexo de Piscinas de Ribeirão), inscrição na prova do campeonato nacional de triatlo e na prova do campeonato nacional de masters e transporte nas carrinhas do clube, somente quando estiverem disponíveis.
3. Com a inscrição no Triatlo do GDNF (**pack2**), com o valor de 25€, o clube garante aos atletas a filiação na FTP e FPN, piscina para treinos (Complexo de Piscinas de Ribeirão), inscrição na prova do campeonato nacional de triatlo e na prova do campeonato nacional de masters, um plafond de € para inscrição em provas de triatlo e realizar na presente época, prescrição de treino em natação para triatlo e transporte nas carrinhas do clube, somente quando estiverem disponíveis.
4. Com a inscrição no Triatlo do GDNF (**pack3**), com o valor de 30€, o clube garante aos atletas a filiação na FTP e FPN, piscina para treinos (Complexo de Piscinas de Ribeirão), inscrição na prova do campeonato nacional de triatlo e na prova do campeonato nacional de masters, um plafond de 100€ para inscrição em provas de triatlo e realizar na presente época, prescrição de treino em natação para triatlo e transporte nas carrinhas do clube, somente quando estiverem disponíveis.
5. Com a inscrição no Triatlo do GDNF (**pack4**), com o valor de 60€, o clube garante aos atletas a filiação na FTP e FPN, piscina para treinos (Complexo de Piscinas de Ribeirão), inscrição na prova do campeonato nacional de triatlo e na prova do campeonato nacional de masters, um plafond de 150€ para inscrição em provas de triatlo e realizar na presente época, prescrição de treino em triatlo e transporte nas carrinhas do clube, somente quando estiverem disponíveis.
6. Ao atleta assiste a marcação e realização do exame médico-desportivo, taxa de inscrição nas provas em que compete, despesas com alojamento, refeições e deslocações (quando não houver disponibilidade das carrinhas do clube).

Época 2022/2023

7. No ato da inscrição, deverá:

- Entregar **1 foto** tipo passe; **1 fotocópia** do Cartão do Cidadão ou do BI e outra do cartão de contribuinte (1ª Filiação);
- Mencionar tamanhos para equipamento desportivo (1ª Filiação);
- Entregar as declarações anexas ao “*Regulamento Triatlo 2022/23*” devidamente assinadas;
- Efetuar pagamento de taxa de inscrição no valor de 25€;

Artigo 3º - Exames Médico-Desportivos

1. Os exames médico-desportivos do GDNF regem-se pelo despacho nº 11318/2009, que devem consultar.
2. O prazo de validade dos exames médico-desportivos é de um ano e termina no mês do aniversário do atleta, devendo ser nesta altura renovado.
3. A responsabilidade da marcação do exame médico-desportivo e da sua realização é inteiramente do atleta, devendo este posteriormente entregar o comprovativo/destacável na secretaria do GDNF.
4. Caso não entregue o comprovativo/destacável até ao final do respetivo mês de aniversário considera-se que o atleta não tem o exame médico-desportivo válido, pelo que não poderá ser inscrito nas próximas competições até que regularize a situação.

5. O exame médico-desportivo poderá ser efetuado em qualquer organismo especializado para o efeito.
6. Apesar dos atletas Master não estarem abrangidos pelo protocolo entre a Câmara Municipal de Famalicão e a Clínica de Medicina do Desportivo-CESPU (**contactos:** 252103240 / 933274118 / medicina.desportiva@cespu.pt), poderão entrar em contacto diretamente e agendar a realização do exame médico-desportivo, que terá um custo aproximado de 15,00€ a ser suportado pelo próprio atleta.

Artigo 4º - Equipamento Desportivo do GDNF

1. A todos os atletas Triatlo do GDNF terão que adquirir equipamento oficial do Clube, que deverão utilizar nas devidas condições em todas as competições.
2. Sempre que houver necessidade de repor algum equipamento já adquirido, deverá ser requerido junto do responsável da equipa e pago no ato da entrega do mesmo.

Artigo 5º - Duração da Época Desportiva

1. O Triatlo GDNF iniciará a sua **época desportiva de 2022/2023**, no dia **01 de Janeiro de 2023** em horário a combinar. A época terminará após a última competição do calendário Triatlo da presente época.
2. Os treinos terão uma frequência semanal de três unidades de treino de natação, de 1h de duração. Os treinos dos outros segmentos de triatlo serão articulados entre treinador e atleta.

Artigo 6º - Orgânica Interna

1. Toda a comunicação de Triatlo do GDNF será partilhada através do grupo restrito entretanto criado no Whatsapp. Calendário e inscrição das competições, local e horário de encontro, marcações de refeições e estadias serão assim divulgadas.
2. Para as provas, todos os atletas têm a obrigação de utilizar única e somente o equipamento do Clube, de acordo com o estipulado para cada evento.

Artigo 7º - Desistência

1. Quando qualquer atleta tiver algum impedimento relacionado com o seu compromisso com o projeto que é o Triatlo do GDNF, deve, em primeira instância, colocar o assunto ao responsável desta categoria, de forma a tentar ultrapassar o mesmo. O respeito será sempre mútuo e partilhado!

CAPÍTULO 2 - CATEGORIAS

Artigo 1º - Quadro Evolutivo

1. Serão considerados praticantes Masters, os nadadores com idade igual ou superior a 25 anos, que se encontrem devidamente filiados na FPN.
2. Para todos os efeitos, a determinação da idade do praticante será feita tendo em conta a sua idade à data de 31 de Dezembro do ano civil em que se realiza a competição.
3. Conforme consta do artigo 22º do Regulamento Geral da FPN, os nadadores Masters serão agrupados por escalões etários, da seguinte forma:

ESCALÃO ETÁRIO	GRUPO
25 a 29 anos	A
30 a 34 anos	B
35 a 39 anos	C
40 a 44 anos	D
45 a 49 anos	E
50 a 54 anos	F
55 a 59 anos	G
60 a 64 anos	H
65 a 69 anos	I

Artigo 2º - Critérios de Admissão

Qualquer atleta que demonstre capacidade para integrar a equipa de triatlo.

Artigo 3º - Objetivos

1. Desenvolver a prática regular de atividade física como forma de manutenção de um estilo de vida saudável.
2. Servir de estímulo e de visibilidade para os grupos de formação como interesse pela prática desportiva do triatlo e da natação, assim como por competir e participar em provas organizadas.
3. Promover o convívio, interajuda, espírito de grupo e coesão.
4. Assegurar forte presença coletiva nas provas FTP.
5. Assegurar forte presença na prova de preparação e no Campeonato Nacional de Inverno e de Verão da FPN.

Artigo 4º - Observações

1. Os casos omissos são da inteira responsabilidade do GDNF.

CAPÍTULO 3 - CONSIDERAÇÕES ESSENCIAIS

No desempenho da atividade de natação pura desportiva, no GDNF, os atletas poderão estar a todo o momento sujeitos a um controlo antidoping, quer em treino, quer em competição.

Relembramos que no caso de qualquer atleta se encontrar doente e tiver a necessidade de ingerir medicamentos, é preponderante verificar se o mesmo contém substâncias proibidas nas listas publicadas pela Agência Mundial Antidopagem.

De igual modo, alertamos para verificarem a posição do CNAD face aos suplementos nutricionais comercializados atualmente, visto que os estudos científicos demonstram que muitos dos suplementos nutricionais estão contaminados com substâncias proibidas, intencionalmente ou não.

Chamamos também especial atenção para a atualização do “*Manual de Normas de Solicitação de Utilização Terapêutica de Substâncias e Métodos Proibidos*”. Em caso de necessidade de utilização terapêutica de substâncias e métodos proibidos, deverá ser comunicado ao CNAD em impresso próprio (consultar as particularidades do seu preenchimento). Os impressos poderão ser adquiridos na secretaria do Clube e/ou no sítio do IDP www.idesporto.pt.

Assim, solicitamos e recomendamos que todos os agentes desportivos, em cada época desportiva, consultem as normas e as listas de substâncias e métodos proibidos, a posição do CNAD face aos suplementos nutricionais e as Normas de Solicitação de Utilização Terapêutica de Substâncias e Métodos Proibidos, podendo fazê-lo na secretaria do Clube e/ou no sítio do IDP www.idesporto.pt.

Com os melhores cumprimentos,

Vila Nova de Famalicão, 22 de setembro de 2022

A Direção

Época 2022/2023



Grupo Desportivo Natação Vila Nova Famalicão

Avenida de França, nº 154 - Loja 9, Antas

4760-104 / Vila Nova de Famalicão

Tel/Fax: (351) 252 316 587

gdnf.secretaria@gmail.com

DECLARAÇÃO

Declaro que tomei conhecimento de todas as regras estabelecidas pelo Conselho Nacional Antidopagem aplicáveis para a prática da natação de competição.

Neste sentido tenho inteiro conhecimento que:

1. De acordo com a legislação em vigor, **é obrigação de todos os agentes desportivos** consultarem as normas e a “Lista de Substâncias e Métodos Proibidos”, no sitio do IPDP www.idesporto.pt e/ou na secretaria do Clube, em cada época desportiva.
2. A ADOP estabelece normas de solicitação de autorização para a utilização terapêutica de Substâncias e Métodos Proibidos, que necessitam de notificação escrita à ADOP, em formulário próprio.
3. Face aos suplementos nutricionais comercializados atualmente nos mais variados estabelecimentos comerciais, a ADOP realça que os estudos científicos têm demonstrado que uma apreciável percentagem de suplementos nutricionais está contaminada, intencionalmente ou não, com substâncias incluídas na Lista de Substâncias e Métodos Proibidos pela Agência Mundial Antidopagem.
4. A responsabilidade de um caso positivo motivado pela ingestão de um suplemento nutricional contaminado **é sempre do atleta**, pelo que, embora esse facto possa explicar o sucedido ou servir de eventual atenuante, não pode ser interpretado como uma desculpa que justifique a infração cometida.
5. A responsabilidade do não cumprimento das normas de solicitação de utilização terapêutica de Substâncias e Métodos Proibidos **é sempre do atleta.**

Vila Nova de Famalicão, _____ de _____ de 2022

O Atleta

Época 2022/2023



Grupo Desportivo Natação Vila Nova Famalicão
Avenida de França, nº 154 - Loja 9, Antas
4760-104 / Vila Nova de Famalicão
Tel/Fax: (351) 252 316 587
gdnf.secretaria@gmail.com

DECLARAÇÃO

Declaro que tomei conhecimento e concordo com todas as regras e pressupostos estabelecidos no “Regulamento Geral de triatlo 2022/2023” do GDNF, que me comprometo a respeitar escrupulosamente. Perante o seu incumprimento ou a adoção de comportamentos incorretos e/ou reprováveis para com atletas, treinadores e dirigentes, reserva-se ao GDNF o direito de suspender, dispensar e/ou cessar imediatamente a atividade desportiva competitiva de qualquer atleta.

Vila Nova de Famalicão, _____ de _____ de 2022

O Atleta

Época 2022/2023